



*Shirikishi ya ashthma  
NH Ikishirikiana na  
idara ya afya na hudu-  
ma za kijamii ya NH*

*Bidhaa za usafishaji zi-  
natumiwa kwenye se-  
hemu zote za kikazi na  
zinaweza sababisha asth-  
ma za kikazi. Waajiriwa  
wanapaswa kuhakikisha  
bidhaa salama na zoezi  
salama zinatumiwa ii  
watu wasipate asthma  
kutokana na kazi.*

**Usiwahi  
changanya  
bidhaa za  
usafishaji!!  
Kuchanganya  
bleach na  
ammonia au  
kuchanganya  
bleach na  
aside  
husababisha  
mafusho/pofu  
za sumu.**



# Asthma na bidhaa za usafishaji

## *Kenye wafanyakazi wanapaswa kujua*

Agosti, 2013

### **Asthma ambayo inahusiana na kikazi ni nini?**

Asthma ni uvimbe mahututi ambayo husababisha mtiririko wa hewa kupunguka, halafu inakuwa ngumu kupumua. Dalili za asthma inaweza kuwa: kohozi, mapigo ya moyo, kushikamana kwa mapafu, upungufu wa pumzi na shida ya kupumua.

Asthma ambayo inahusiana na kikazi inaweza sababishwa au inaweza kuwa mbaya zaidi na kitu kazini. Hata vitu vidogo zinaweza anzisha asthma, dali zinaweza anza baada ya kuvuta pumzi ya hiyo bidhaa mara moja ama baada ya kutoka kazini. Saa zingine mtu anaweza pata asthma ya kikazi kutoka kwa kemikali ambazo ametumika nazo kwa mika.

### **Bidhaa za usafishaji zinaweza sababisha asthma?**

Ndio zinaweza!

Huwezi kuwa unatarajia lakini bidhaa za usafishaji ambazo zinatumika kazini zinaweza sababisha asthma ama asthma yako izidi. Wafanyakazi ambao wanatumia hizi bidhaa za usafishaji kila mara wanaweza pata asthma.



Bidhaa za usafishaji zinatumika na wafanyakazi wengi kwa mfano, wasafishaji, wafanyakazi wa maofisi na wanaotumika hosipatili. Tunahitaji vitu vya usafishaji kusafisha, kutoa maambukizo, na kutoa vumbi na uchafu. Watu wengine ambao wanatumia hizi bidhaa za usafishaji au wanatumika kwenye sehemu ambazo hizi bidhaa zinatumika wanaweza pata shida za kuvuta pumzi.

### **Nani anaweza ambukizwa?**

Hizi ndizo kazi ambazo unaweza ambukizwa na hizi bidhaa za usafishaji :

#### **Aina za Kazi**

- Mfanyakazi kwenye hudu-  
ma ya afya
- Mtengenezaji wa mahotelii
- Msafishaji nyumba

- Msafishaji wa majengo kubwa, kama shule, hos-  
pitali, maofisi.
- Msaidizi wa kazi za kin-  
yumba
- Mtumikaji ofisini
- Mtumikaji kwenye hoteli
- Mwalimu

#### **Aina za bidhaa za usafishaji**

- Kisafishaji kapeti
- Kitoa maambukizo
- Kitoacho nta kwenye sa-  
kafu
- Kisafishaji glesi
- Kisafishaji taili
- Kisafishaji choo

## Ripoti za makesi

**Mtumikaji wa hoteli** aliambia atumie kisafisha taili ambayo ina asidi ya muriatiki ( asidi ya hidroliki) kusafisha sakafu za seramiki kwenye choo za hoteli. Alielezewa na msimamizi wake achanganye hicho kisafishaji na maji, lakini hakupewa maelezo zaidi. Wakati alikuwa anatumia hiyo kisafishaji cha asidi alianza kukohoa na kukuwa na upungufu wa pumzi. Alienda kuona daktari baaday ya siku mbili wakati dalili zilizidi. Daktari alimuelezea kwamba ana asthma inayou husiana na



kikazi. Alikosa kazi kwa mwezi moja kwa sababu ya hiyo shida.

**Mkandarasi wa usafishaji** ambaye ana historia refu ya asthma alichanganya kisafishaji amayo ina aside ya klorin na kisafishaji ambayo ina aside ya ammonia kusafisha choo ya ofisi. Alianza kukuwa na shida kupumua mara moja, mapigo kwenye moyo, kukohoa na upungufu wa pumzi. Alikuwa anataka kuendelea kufanya kazi siku nzima lakini dalili zilizidi kukuwa vibaya, alilazwa kwenye hospitali iliyokuwa hapo karibu. Tangu hiyo siku, anatambua ni nini inaweza sababisha asthma yake kuanza tena , na hujaribu kutotumia bidhaa ya aina fulani.

## Ni vipi naweza kujikinga ilinisikuwe mgonjwa nikitumia bidhaa za usafishaji?

- ◆ Soma maandishi za onyo na zifuate
- ◆ Usitumie kisafishaji ambayo ina nguvu zaidi pekee, mändishi ikisema uichanganye na maji
- ◆ Wacha dirisha na milango wazi ama tumia kipasha baridi kupuliza hewa
- ◆ Soma karatasi ya usalama za bidhaa ambazo unatumia (SDS)
- ◆ Usichanganye bidhaa za usafishaji pamoja
- ◆ Kuwa mwangalifu ukishika mbakio za usafishaji kwenye ndoo, kitambaa na sponji
- ◆ Vaa miwani za usalama ilikukinga macho zako wakati unatumia akisafishaji ambazi zina kemikali
- ◆ Kuwa mwangalifu kwenye chumba ndogo ndogo sanasana ikiwa haina hewa nzuri
- ◆ Vikinga vumbi haziwezi kukukinga na pofu za usafishaji
- ◆ Vaa glavu kukinga ngozi yako
- ◆ Weka visafishaji kwenye chupa zao
- ◆ Tumia visafishaji ambazo hazina sumu mungi.

### Rasilimali:

Vuta Pumzi NH <http://www.breathenh.org/>

Program ya kukinga asthma NH

<http://www.dhhs.nh.gov/dphs/cdp/asthma>

Program ya kutizama afya ya kikazi NH

<http://www.dhhs.nh.gov/dphs/hsdm/ohs>

Muungamano ya Mapafu ya America [www.lung.org/  
workplacewellness](http://www.lung.org/workplacewellness)

OSHA Asthma ya kikazi

<https://www.osha.gov/SLTC/occupationalasthma/index.html>

Idara ya sumu ya New England Kusini 1-800-222-1222

Kemikali za usafishaji salama

<http://www.greenseal.org/>  
<FindGreenSealProductsAndServices.aspx>

<http://www.epa.gov/pesticides/regulating/labels/design-dfe-pilot.html>

<http://www.informedgreensolutions.org>

Shukrani kwa: [NJ Department of Health & Senior Services, Environmental & Occupational Health Surveillance Program](http://www.state.nj.us/dep/ehs/ohs/ohs.htm)  
[Occupational Health Branch, California Department of Public Health](http://www.state.nj.us/dep/ehs/ohs/ohs.htm)